

**PENGARUH AFEK TERHADAP *MENTAL IMAGERY*
PADA SISWA SMA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai
Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**



**SAFIRA WIDYAKUSUMA WARDANI
201410230311229**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2018**

**PENGARUH AFEK TERHADAP *MENTAL IMAGERY*
PADA SISWA SMA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai
Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**



Disusun Oleh:

**SAFIRA WIDYAKUSUMA WARDANI
201410230311229**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2018**

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Safira Widyakusuma Wardani

Nim : 201410230311229

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 21 Juli 2018

dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,

Sekretaris/Pembimbing II,

Dr. Latipun, M. Si.

Adhyatman Prabowo, S. Psi, M. Psi

Anggota I

Anggota II

Siti Maimunah, S. Psi, MM, MA

Uun Zulfiana, S.Psi, M.Psi.

Mengesahkan

D e k a n,

Muhamad Salis Yuniardi, M.Psi., Ph.D.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Safira Widyakusuma Wardani
NIM : 201410230311229
Fakultas : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah ini berjudul:

Pengaruh Afek terhadap *Mental Imagery* pada Siswa SMA.

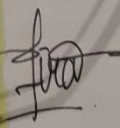
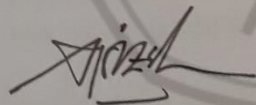
1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 21 Juli 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Yang Menyatakan



Siti Maimunah, S.Psi., M.M., M.A.

Safira Widyakusuma Wardani

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Afek terhadap *Mental Imagery* pada Siswa SMA
Nama Peneliti : Safira Widyakusuma Wardani
NIM : 201410230311229
Fakultas : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal 21 Juli 2018.

Dewan Penguji.

Ketua Penguji : Adhyatman Prabowo, M.Psi.

Anggota Penguji : 1. Siti Maimunah, S.Psi., M.M., M.A.
2. Uun Zulfiana, M.Psi.

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Latipun, M.Kes.

Adhyatman Prabowo, M.Psi.

Malang, 21 Juli 2018
Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

M. Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Safira Widyakusuma Wardani
NIM : 201410230311229
Fakultas : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah ini berjudul:

Pengaruh Afek terhadap *Mental Imagery* pada Siswa SMA.

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Malang, 21 Juli 2018

Yang Menyatakan

Siti Maimunah, S.Psi., M.M., M.A.

Safira Widyakusuma Wardani

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala karena atas berkat rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul "Pengaruh Afek terhadap *Mental Imagery* pada Siswa SMA". Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah turut serta dalam penyusunan tugas akhir ini, terutama kepada:

1. Bapak M. Salis Yuniardi, M.Psi., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Bapak Dr. Latipun, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing I, yang telah sabar dalam membimbing dan banyak memberikan ide, arahan, kritik, dan saran yang sangat membangun dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Bapak Adhyatman Prabowo, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing II, yang telah sabar dalam membimbing dan banyak memberikan pengarahan, gagasan, kritik, dan saran yang sangat membangun dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Kedua orang tuaku tercinta dan kedua adikku, atas segala doa, kasih sayang, nasihat, semangat, dan semua dukungan materi maupun non materi yang tidak pernah putus diberikan.
5. Ibu Diana Savitri Hidayati, M.Psi., selaku Dosen Wali, yang telah memberikan doa, nasihat, saran, dan arahan bagi penulis dalam penyelesaian tugas akhir ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi UMM, atas segala ilmu pengetahuan, wawasan, serta pengalaman yang telah diberikan selama proses perkuliahan.
7. Kepala sekolah, guru BK, dan adik-adik siswa MA Bilingual Batu, yang telah memberikan izin serta telah berpartisipasi dalam proses pengambilan data.
8. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan doa serta dukungan, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.

Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat umumnya bagi semua yang membaca dan khususnya bagi diri penulis sendiri.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Malang, 21 Juli 2018
Penulis

(Safira Widyakusuma Wardani)

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
ABSTRAK	1
Latar Belakang	2
<i>Mental imagery</i>	5
Afek	6
Pengaruh Afek terhadap <i>Mental imagery</i> pada Siswa SMA	6
Hipotesis	7
METODE PENELITIAN	7
Rancangan Penelitian	7
Subjek Penelitian	8
Variabel dan Instrumen Penelitian	8
Prosedur dan Analisis Data	10
HASIL PENELITIAN	11
DISKUSI	12
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	14
REFERENSI	14
LAMPIRAN	17

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi Subjek	11
Tabel 2. Deskriptif Statistik	11



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tampilan lembar kerja <i>CogLab Mental Rotation</i>	10
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Skala Adaptasi (<i>PANAS Scale</i>)	18
Tabulasi Data Try Out Skala Afek	19
Validitas, Reliabilitas, dan <i>Blue Print</i> Skala Afek	23
Tabulasi Data Penelitian <i>Mental Imagery (CogLab)</i>	24
Tabulasi Data Penelitian Skala Afek	27
Keterangan Kategori Per Subjek	30
Analisis Data SPSS	32



PENGARUH AFEK TERHADAP *MENTAL IMAGERY* PADA SISWA SMA

Safira Widyakusuma Wardani

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

safirawrd18@gmail.com

Remaja, terutama yang telah menginjak masa SMA, memiliki tuntutan tentang penentuan tujuan karir setelah lulus. Pada usia ini, pikiran remaja telah berorientasi pada fantasi akan masa depan. Proses pembayangan tujuan karir pada remaja ini disebut dengan *mental imagery*. Salah satu faktor penyebab munculnya *mental imagery* adalah afek. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh afek terhadap *mental imagery* pada siswa SMA. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Subjek berjumlah 55 siswa SMA, yang diambil dengan menggunakan teknik kuota sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala PANAS dan alat ukur *CogLab* bidang *Mental Rotation*, dengan analisis tipe uji regresi dengan bantuan *software* SPSS 21. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh afek terhadap *mental imagery* pada siswa SMA, dengan sumbangan efektif sebesar 10,7% ($F = 6,318$, $P = 0,015$).

Kata kunci: Afek, *mental imagery*, siswa SMA.

In adolescence, especially those who have been in high school, have demands on determining their career goals after graduation. At this age, the mind of adolescent has been oriented to the fantasy of future. The process of imagining career goals in adolescence is called mental imagery. One of the factors causing the emergence of mental imagery is affect. This study aims to determine the effect of affect on mental imagery in high school students. This research type is quantitative correlational research. Subjects amounted 55 high school students, with technique of quota sampling. Methods for collecting data using the PANAS scale and CogLab Mental Rotation, with analysis type of regression test by using SPSS 21 software. The result showed that there was effect of affect on mental imagery in high school students, with effective contribution of 10.7% ($F = 6.318$, $P = 0.015$).

Keywords: affects, mental imagery, high school students.

Remaja, terutama yang telah menginjak masa SMA, memiliki tuntutan tentang penentuan tujuan karir setelah lulus. Siswa SMA telah dibimbing dengan lebih intensif untuk mempersiapkan diri agar dapat mencapai tujuan karir yang diinginkannya. Pada masa SMA, siswa diminta untuk menetapkan tujuannya ke arah yang lebih spesifik. Pada masa ini juga peminatan individu telah dispesifikan dalam bidang-bidang yang berbeda yakni IPA, IPS, dan beberapa sekolah menyediakan peminatan Bahasa. Mayoritas remaja telah merasa optimis dengan gambaran masa depannya. Namun, juga masih terdapat remaja-remaja yang masih belum dapat membayangkan tujuan karirnya di masa mendatang.

Masa remaja menurut Erikson masuk dalam tahap perkembangan identitas vs kebingungan identitas. Remaja dikatakan telah dapat membentuk identitasnya apabila berhasil untuk memecahkan tiga masalah pokok, yakni pilihan pekerjaan, menjalani dan meyakini nilai dan norma, dan memiliki identitas seksual yang jelas (Papalia, Old, & Feldman, 2008). Dalam hal pekerjaan, seorang remaja diharapkan telah memiliki tujuan karir dan keterampilan khusus yang dapat berguna untuk masa depannya.

Beberapa sumber menyebutkan bahwa salah satu kesulitan remaja dalam menentukan tujuan karir setelah lulus SMA adalah dikarenakan siswa belum memiliki gambaran tentang tujuan karirnya. Siswa yang belum memiliki gambaran mengenai tujuan karirnya ketika sudah memasuki SMA hingga tamat SMA cenderung kesulitan dalam memilih jurusan pada studi lanjutnya nanti. Penting bagi siswa SMA untuk dapat memiliki gambaran mengenai tujuan karirnya setelah lulus sejak berada pada kelas X atau XI agar tidak mengalami kesalahan dalam memilih jurusan ketika studi lanjut.

Pentingnya memiliki *imagery* tentang masa depan di usia remaja adalah agar individu dapat melakukan perubahan-perubahan di masa sekarang untuk mencapai tujuan karirnya di masa mendatang. Remaja memiliki kemampuan untuk membayangkan masa depannya, misalnya ingin menekuni bidang apa individu pada 5 tahun, 10 tahun, atau bahkan 15 tahun lagi. Memiliki gambaran akan tujuan setelah lulus penting dimiliki oleh siswa SMA. Jika pada usia ini belum memiliki gambaran akan masa depan, akan sulit untuk melakukan persiapan sejak dini.

Kemampuan membayangkan merupakan salah satu kemampuan kognitif yang dimiliki oleh manusia, tidak terkecuali pada remaja. Pada umumnya, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan sering mengkhayal (Azmi, 2015). Pada usia remaja, kecenderungan berpikir individu adalah mengenai cita-cita dan tujuan karir. Pada usia ini, pikiran remaja telah berorientasi pada gambaran akan masa depan (Santrock, 2012).

Manusia seringkali dapat memvisualisasikan gambaran-gambaran di dalam kognitifnya. Proses pembayangan yang terjadi pada otak manusia ini disebut dengan *mental imagery*. *Mental imagery* merupakan kemampuan untuk membayangkan dan menciptakan gambaran peristiwa/bentuk benda dalam pikiran (Mylsidayu, 2014). *Mental imagery* merupakan salah satu aspek penting dalam hidup manusia. Bila tidak ada *mental imagery*, maka individu tidak dapat

membayangkan peristiwa atau benda yang telah diketahui sebelumnya, yang tidak sedang berada di depan mata. *Mental imagery* terjadi karena representasi neural dari informasi sensorik dan bukan hanya adanya “gambar di otak” (Holmes & Mathews, 2010).

Mental imagery dapat berguna dalam banyak hal, khususnya memvisualisasikan tujuan, sehingga dapat meningkatkan strategi ketika melakukan kegiatan. Contohnya adalah seorang atlet yang memiliki *mental imagery* yang positif sebelum bertanding, dapat meningkatkan performa kemudian menampilkan yang terbaik di pertandingan (Cumming & Williams, 2012).

Terdapat beberapa faktor penyebab manusia dapat memiliki kemampuan membayangkan kejadian-kejadian tertentu menurut Pylyshyn (2002). Pertama, *mental imagery* tersebut merupakan hasil dari apa yang dilihat manusia dalam kehidupan sehari-hari. Kedua, pikiran manusia mengetahui mengenai hal-hal tertentu sehingga dapat masuk ke dalam *mental imagery*. Ketiga, pikiran manusia dapat memaksa gambaran tertentu untuk dimunculkan dalam *mental imagery*. Terakhir, kebiasaan, keyakinan, dan emosi (afek) yang dirasa saat terjadinya proses *mental imagery* juga merupakan faktor yang menyebabkan munculnya *mental imagery* pada otak manusia.

Emosi pada saat terjadinya proses *mental imagery* merupakan salah satu faktor menarik yang menjadi penyebab munculnya *mental imagery*. Selaras dengan penelitian oleh Kaltner & Jansen (2014) yang menggambarkan bahwa perasaan takut dan cemas memiliki pengaruh terhadap kemampuan rotasi mental pada manusia. Rotasi mental merupakan salah satu percobaan yang mencakup mengenai *mental imagery* (Goldstein, 2011). Berdasarkan penelitian Kaltner & Jansen (2014) tersebut, didapatkan hasil bahwa rasa takut dan cemas memiliki pengaruh terhadap rotasi mental.

Pada manusia, kondisi emosi bersifat subjektif dan terjadi dalam waktu tertentu, yang lebih dikenal dengan sebutan afek. Afek terbagi menjadi dua yakni afek positif dan negatif. Individu yang dalam kesehariannya lebih didominasi oleh afek positif akan lebih sering menggambarkan dirinya sebagai seorang yang antusias, ceria, bersemangat (Little, Simmons, & Nelson, 2007), bila dibandingkan dengan individu yang afek positifnya cenderung rendah. Sebaliknya, individu yang dalam kesehariannya lebih didominasi oleh afek negatif akan lebih sering menggambarkan dirinya sebagai seorang yang putus asa, cemas, dan takut, bila dibandingkan dengan individu yang afek negatifnya lebih rendah (Berry & Hansen, 1996).

Afek, baik positif maupun negatif, memiliki hubungan dengan kesehatan fisik individu. Afek positif berhubungan dengan perubahan mood, gejala fisik, dan imun, sedangkan afek negatif dikaitkan dengan penyakit & penurunan kesehatan (Little, Simmons, & Nelson, 2007). Pentingnya afek dalam berbagai pengalaman hidup manusia adalah sebagai wujud nyata bahwa peristiwa yang terjadi bukanlah hal yang biasa, namun bisa membangkitkan berbagai macam emosi seperti sukacita, sedih, marah, dan sebagainya (Dolan, 2002). Afek dapat mempengaruhi hubungan sosial manusia, berpengaruh pada kognitif, dan perilaku manusia. Ketidak

seimbangan pada emosi mendasari sebagian besar ketidakbahagiaan yang dialami oleh individu (Dolan, 2002).

Masa remaja merupakan masa emosional. Pada masa ini, emosi individu sedang berada pada situasi yang memuncak dan emosi yang sulit dikendalikan (Sarwono, 2013). Kondisi emosi seorang remaja cenderung belum stabil dan remaja sedang berada dalam situasi pencarian identitas diri. Kondisi emosi manusia dapat berpengaruh terhadap perilakunya seperti menguatkan/melemahkan semangat dalam mengerjakan tugas, terganggunya konsentrasi, dan mengganggu penyesuaian sosial (Azmi, 2015).

Kondisi emosi pada remaja masih berada dalam kondisi yang kurang stabil. Masa remaja dikatakan masa emosional di mana remaja menginginkan kebebasan emosional dari orang lain dan mencari jati dirinya (Azmi, 2015). Namun di samping kondisi emosinya yang masih kurang stabil tersebut, kognitif remaja pada usia ini mengalami kemajuan. Menurut teori perkembangan kognitif Piaget, usia siswa SMA masuk pada tahap operasional formal. Tahap operasional formal dimulai pada usia 11 tahun ke atas (Sarwono, 2013). Pada usia ini, remaja telah dapat menggunakan penalaran dan logika. Remaja mampu untuk bernalar tanpa perlu berhadapan dengan objek konkret atau peristiwa yang terjadi secara langsung (Ibda, 2015).

Afek memiliki peran penting dalam kognitif. Tanpa afek, individu tidak bisa mengambil keputusan dengan baik. Afek dapat berpengaruh terhadap pikiran manusia karena afek mempengaruhi bagaimana manusia berpikir dan melakukan kegiatan (Dickerson, 1993). Contoh untuk konsep ini adalah individu yang optimis lebih membayangkan dapat melakukan presentasi dengan baik dibandingkan dengan individu yang merasa cemas dan pesimis.

Remaja yang emosinya cenderung ke arah positif, berarti memiliki afek positif yang tinggi (Fredrickson, 2001). Afek berhubungan dengan konsentrasi. Afek positif berhubungan dengan konsentrasi yang tinggi, begitu pula afek negatif berhubungan dengan konsentrasi yang rendah (Vast, Young, & Thomas 2010). Konsentrasi mempengaruhi munculnya *mental imagery* (Pylyshyn, 2002). Dalam proses *mental imagery* membutuhkan usaha dan konsentrasi individu untuk menyimpan, mengubah, dan memunculkan gambar dalam ingatan (Cumming & Williams, 2012).

Berdasarkan penjelasan tersebut di atas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh afek terhadap *mental imagery* pada siswa SMA. Diharapkan dengan adanya penelitian ini, dapat menambah wawasan mengenai afek dan pengaruhnya terhadap *mental imagery* individu. Diharapkan penelitian ini juga dapat memberikan manfaat dalam bidang ilmu psikologi, khususnya terkait dengan bahasan mengenai emosi dan kognitif remaja. Penelitian ini diharapkan juga mampu menjadi salah satu rujukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya di masa mendatang yang tertarik untuk meneliti hal yang serupa.

Mental imagery

Mental imagery adalah bentuk aktivasi kembali ingatan yang timbul tanpa adanya stimulus secara langsung pada saat terjadinya *mental imagery* (Goldstein, 2011). Menurut Mylsidayu (2014), *mental imagery* merupakan kemampuan untuk membayangkan dan menciptakan gambaran peristiwa/bentuk benda dalam pikiran. Sedangkan menurut Feldman (2012), *mental imagery* merupakan pembentukan bayangan pada pikiran individu, yang mencakup berbagai hal yang dapat dirasakan oleh indera manusia. Berdasarkan ketiga definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa *mental imagery* merupakan kemampuan membayangkan pada pikiran, mencakup berbagai informasi yang dapat diterima oleh indera dan manusia telah mengetahui mengenai informasi tersebut sebelumnya.

Mental imagery berhubungan dengan berbagai fungsi kognitif, seperti misalnya dalam proses belajar, memori, dan dalam peningkatan kemampuan (Kosslyn, Behrmann, & Jeannerods, 1995). Pada proses belajar, setelah individu melihat, otak akan mengodekan hasil belajar ke dalam memori. Selanjutnya, terjadi proses pemunculan kembali hasil kode dalam memori tersebut menjadi gambaran visual dalam otak. Selain kode visual, *mental imagery* juga memunculkan informasi dari memori lainnya, seperti bentuk, warna, bentuk, dan ukuran objek.

Mental imagery dalam meningkatkan berbagai kemampuan yakni pada bidang olahraga dan musik. Pemain piano yang hanya membayangkan sedang bermain piano pada pikiran secara mungkin menunjukkan aktivitas otak yang hampir sama seperti bermain piano secara langsung (Feldman, 2012). Selanjutnya, *mental imagery* juga digunakan oleh para atlet untuk meningkatkan rasa percaya diri, rasa waspada, dan pemusatan perhatian saat latihan atau bertanding (Mylsidayu, 2014). *Mental imagery* penting bagi atlet untuk dapat membayangkan penampilan pada saat bertanding dan prestasi yang ingin dicapai oleh atlet tersebut.

Mental imagery terbentuk karena adanya aktivitas neurologis dan penyimpanan informasi. Informasi visual yang didapatkan oleh mata kemudian dibawa ke otak dan disimpan dalam bentuk sandi berupa gambar yang nanti dapat di aktifkan kembali (Solso, Maclin, & Maclin, 2008). Selain itu, informasi visual yang didapatkan juga akan disaring dan disimpan dalam bentuk yang lebih abstrak. Ketika reaktivasi memori, terjadi proses aktivasi dari sandi-sandi yang telah disimpan dan muncul kembali bayangan yang terbentuk.

Terdapat 3 teori yang membahas tentang *mental imagery* (Solso, Maclin, & Maclin, 2008), yakni: 1) Hipotesis penyandian ganda (*dual-coding hypothesis*); teori ini dikembangkan dari penelitian oleh Paivio dkk., yang menjelaskan mengenai bagaimana informasi ditampilkan dalam otak. Hal ini berdasarkan kesimpulan adanya dua sistem penyandian (dua cara informasi ditampilkan dalam memori), yakni *imagery* nonverbal dan verbal, 2) Hipotesis proposisional-konseptual; teori ini dikembangkan oleh Anderson dan Bower yang menjelaskan mengenai model HAM (*Human Associative Memory*). Teori ini menyatakan bahwa manusia menyimpan interpretasi verbal dan visual dari peristiwa. Inti dari teori ini adalah konsep-konsep konkret disandikan dalam satu set predikat yang mengikat konsep

tersebut sebagai satu kesatuan, 3) Hipotesis ekuivalensi-fungsional, yang dikembangkan dari penelitian rotasi mental oleh Shepard and Metzler. Dalam penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa waktu yang dibutuhkan untuk merespon bentuk bersifat linier dengan derajat rotasi. Shepard dan Metzler mengungkapkan bahwa objek tidak ditampilkan secara langsung di otak.

Afek

Afek merupakan kondisi emosi yang bersifat subjektif pada setiap manusia yang dirasakan dan terjadi pada waktu tertentu. Afek dapat berbentuk afek positif dan afek negatif. Afek positif merupakan kondisi emosi yang menunjukkan bahwa manusia cenderung menggambarkan dirinya sebagai orang yang antusias, aktif, dan semangat (Little et al., 2007). Sedangkan individu yang dalam kesehariannya lebih didominasi oleh afek negatif akan lebih sering menggambarkan dirinya sebagai seorang yang putus asa, cemas, dan takut, bila dibandingkan dengan individu yang afek negatifnya lebih rendah (Berry & Hansen, 1996).

Menurut Azmi (2015), kondisi emosi dibagi dalam 5 kelompok yakni amarah, bermusuhan, kesedihan, rasa takut, dan kenikmatan. Kelompok-kelompok tersebut mencakup antara lain: 1) Amarah, mencakup benci, mudah tersinggung, jengkel, kesal, 2) Bermusuhan, mencakup tindakan kekerasan dan kebencian, 3) Kesedihan, mencakup sedih, kesepian, putus asa, depresi, 4) Rasa takut, mencakup cemas, takut, gelisah, gugup, panik, was-was, dan 5) Kenikmatan, mencakup bahagia, riang, senang, terhibur, bangga, tertarik, dan puas.

Afek memiliki peran penting terhadap objek yang dipelajari dan diperhatikan oleh manusia. Manusia lebih baik dalam mengingat kejadian di masa lalu berdasarkan dengan afek yang sedang dirasakannya (Forgas, 2008).

Penelitian yang berkaitan dengan afek salah satunya yakni afek positif memiliki kaitan positif dengan *well-being* dan kepuasan hidup (Singh & Jha, 2008). Begitupun sebaliknya, afek negatif berkaitan negatif dengan *well-being* dan kepuasan hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Kuppens, Realo, & Diener, (2008). Kepuasan dalam hidup juga berhubungan dengan afek positif dan negatif, di mana individu yang cenderung pada afek positif akan lebih tinggi kepuasan hidupnya dibandingkan dengan individu yang cenderung pada afek negatif.

Fredrickson (2001) juga menjelaskan bahwa kondisi emosi yang positif pada individu dapat meningkatkan *emotional well-being*. Individu yang mengalami emosi positif lebih mudah mengembangkan rencana dan tujuan masa depannya. Salah satu ciri individu yang memiliki emosi positif yakni menghadapi kesulitan dengan mengambil makna positif dari setiap peristiwa dan kesulitan yang terjadi dalam kehidupannya (Fredrickson, 2001).

Pengaruh Afek terhadap *Mental imagery* pada Siswa SMA

Mental imagery merupakan kemampuan membayangkan pada pikiran dan mencakup berbagai hal yang dapat dirasakan oleh indera manusia. Faktor yang

mempengaruhi *mental imagery* salah satunya adalah afek. Afek merupakan kondisi emosi yang bersifat subjektif pada setiap manusia yang dirasakan dan terjadi pada waktu tertentu.

Kondisi emosi pada individu mempengaruhi konsentrasi (Fredrickson, 2001). Kondisi emosi yang positif berhubungan dengan konsentrasi yang tinggi, begitu pula kondisi emosi yang negatif berhubungan dengan konsentrasi yang rendah (Vast, Young, & Thomas, 2010).

Kondisi emosi positif pada individu mendorong individu untuk terus mengembangkan pemikiran maupun tindakan yang akan mereka lakukan (Fredrickson, 2001). Kondisi emosi negatif berhubungan dengan kurangnya perhatian. Sedangkan kondisi emosi yang positif berhubungan dengan pencapaian tugas dan kepuasan (Pecher, Lemerrier, & Cellier, 2011). Kecemasan dapat mengganggu kognitif terkait dalam hal kepekaan dan perhatian.

Kecemasan dan rasa takut yang tinggi berkaitan dengan peningkatan pengalihan konsentrasi (Kaltner & Jansen, 2014). Kecemasan juga berpengaruh terhadap pemrosesan informasi (Pecher, et al. 2011). Pada individu yang merasa cemas, atensi berkurang sehingga konsentrasi menjadi menurun. Sehingga, pada individu dengan afek negatif yang tinggi lebih rendah perhatian dan konsentrasinya, dibandingkan dengan individu yang memiliki afek positif yang tinggi (Kaltner & Jansen, 2014).

Proses membayangkan pada manusia juga dipengaruhi oleh konsentrasi dan fokus. Pada *mental imagery*, seperti ketika diminta untuk menjelaskan denah lokasi sebuah tempat, otak membutuhkan fokus dan konsentrasi untuk membayangkan alternatif jalan menuju tempat yang dimaksud (Pylyshyn, 2002). Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa pada individu yang memiliki kondisi emosi yang positif, lebih mudah dalam memunculkan *mental imagery*. Sebaliknya, pada individu dengan afek negatif yang tinggi konsentrasi menurun dan sulit dalam memunculkan *mental imagery*.

Hipotesis

Afek memiliki pengaruh terhadap *mental imagery* pada siswa SMA.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yang meneliti hubungan variabel satu terhadap variabel yang lain yang memiliki hubungan sebab-akibat (Sugiyono, 2014). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis korelasional.

Penelitian kuantitatif korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh pada variabel, serta hubungan sebab-akibat (Suryabrata, 2003).

Subjek Penelitian

Populasi subjek dalam penelitian ini merupakan remaja, khususnya seluruh siswa kelas X dan XI di MA Bilingual Kota Batu. Populasi dalam penelitian merupakan jumlah keseluruhan dari gejala yang akan diteliti (Priyono, 2008). Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA kelas X atau kelas XI, laki-laki maupun perempuan, dengan rentang usia 15-18 tahun yang termasuk dalam kategori remaja.

Sampel dari penelitian merupakan bagian dari suatu populasi yang akan diteliti (Priyono, 2008). Pengambilan sampel subjek dilakukan dengan teknik kuota sampling, yakni pemilihan subjek dilakukan secara acak namun sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan oleh peneliti (Priyono, 2008). Jumlah subjek adalah 55 orang siswa, dengan mengambil 2 kelas pada kelas X atau XI di MA Bilingual Kota Batu. Perbandingan jumlah subjek laki-laki dan perempuan menyesuaikan dengan jumlah siswa laki-laki maupun perempuan yang terdapat dalam 2 kelas tersebut.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi, yakni afek. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi. *Mental imagery* merupakan variabel terikat dalam penelitian ini.

Afek adalah kondisi emosi yang bersifat subjektif pada setiap manusia yang dirasakan dan terjadi pada waktu tertentu. Kondisi emosi yang diukur dalam penelitian ini merupakan kondisi emosi yang dirasakan dalam satu hari saat penelitian berlangsung. Sedangkan *mental imagery* merupakan kemampuan membayangkan bentuk visual tiga dimensi pada pikiran. Bentuk kemampuan *mental imagery* yang diukur merupakan *mental imagery* visual dengan objek dua pola gambar tiga dimensi. Kemampuan ini termasuk salah satu bentuk kemampuan spasial, yakni kemampuan *mental rotation*.

Instrumen untuk mengukur afek dalam penelitian ini, peneliti mengadaptasi PANAS (*Positive Affect Negative Affect Schedule*) yang dibuat oleh Watson, Clark, and Tellegen (1988). Skala PANAS ini memiliki reliabilitas internal yang berbeda antara afek positif dan negatifnya. Nilai reliabilitas afek positif adalah berkisar antara 0,86-0,90 dan nilai reliabilitas afek negatif adalah berkisar antara 0,84-0,87 (Watson, Clark, & Tellegen, 1988). Kemudian, peneliti telah menguji validitas dan reliabilitas butir dari skala adaptasi ini. Didapatkan indeks validitas yang bergerak antara 0,322-0,516 dan nilai reliabilitas sebesar 0,846. Berdasarkan indeks validitas dan reliabilitas tersebut, dapat dikatakan bahwa skala PANAS memiliki validitas dan reliabilitas yang cukup memadai.

Skala PANAS terdiri dari 20 item, dengan 10 item berisi afek positif dan 10 item berisi afek negatif yang letaknya tersebar pada skala. Skala ini dapat digunakan

untuk mengukur afek yang dirasakan pada saat ini, hari ini, beberapa hari ini, minggu ini, beberapa minggu ini, tahun ini, atau secara umum dirasakan. Pemilihan waktu tersebut akan disesuaikan dengan kebutuhan peneliti. PANAS (*Positive Affect Negative Affect Schedule*) memiliki 20 item dengan 5 pilihan jawaban yakni sangat sering, sering, kadang-kadang, jarang, tidak pernah.

Cara menjawabnya adalah dengan memberikan centang (✓) pada pilihan jawaban. Penghitungan skor dilakukan dengan menjumlahkan skor pada setiap jawaban yang dipilih sesuai dengan kategorinya, apakah item termasuk afek positif atau afek negatif. Skor untuk afek positif yakni skor 1 untuk pilihan jawaban “tidak pernah”, 2 untuk pilihan jawaban “jarang”, 3 untuk pilihan jawaban “kadang-kadang”, 4 untuk pilihan jawaban “sering”, dan 5 untuk pilihan jawaban “sangat sering”. Sedangkan skor untuk afek negatif yakni kebalikan dari afek positif, skor 5 untuk pilihan jawaban “tidak pernah”, 4 untuk pilihan jawaban “jarang”, 3 untuk pilihan jawaban “kadang-kadang”, 2 untuk pilihan jawaban “sering”, dan 1 untuk pilihan jawaban “sangat sering”.

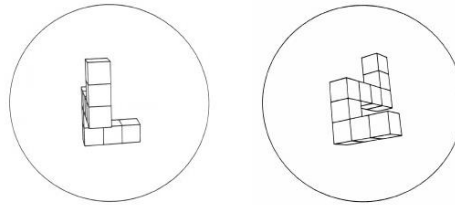
No	Perasaan/ Emosi	Sangat Sering	Sering	Kadang- kadang	Jarang	Tidak Pernah
1.	Gugup				✓	

Instrumen untuk mengukur *mental imagery* peneliti menggunakan adaptasi *Cognitive Laboratory (CogLab)* dengan bagian *Mental Rotation* yang dikembangkan oleh Angie Mckewn dan Danalee Goldthwaithe, yang diadaptasi dari alat ukur *Mental Rotation* oleh Sephard dan Metzler (Goldstein, 2011). Alat ukur *CogLab* telah melalui tahap uji validitas dan reliabilitas oleh Pearson Inc., sehingga dapat dikatakan valid dan reliabel, hingga kini alat ukur *CogLab* masih terus dikembangkan oleh Pearson Inc. untuk meningkatkan kualitasnya (Zucker, Sassman, & Case, 2004).

Alat ukur *mental rotation* memiliki jumlah 70 percobaan dengan 2 pilihan jawaban yakni “sama” atau “berbeda”. Cara menjawab dengan menekan tombol (/) jika jawabannya “sama” dan menekan tombol (z) jika jawabannya “berbeda”. Pada lembar kerja *CogLab*, memulai uji coba dilakukan dengan menekan spasi. Dua bentuk blok 3-D akan muncul di layar, satu di sebelah kiri dan satu di sebelah kanan. Setiap bentuk blok berada dalam lingkaran. Selanjutnya, kedua bentuk itu identik, atau berbeda (satu adalah bayangan cermin yang lain). Satu bentuk juga diputar di sekitar sumbu vertikal. Rotasinya adalah 0, 20, 40, 60, 80, 100, atau 120 derajat relatif terhadap orientasi bentuk lainnya. Tugas subjek adalah menentukan apakah kedua bentuk itu sama atau berbeda dan menanggapi gambar secepat mungkin dengan menekan tombol “ / ” atau tombol “ z ”. Subjek akan menerima umpan balik tentang benar atau salahnya jawaban. Jika membuat kesalahan dalam menjawab, percobaan akan berulang (dengan model yang berbeda). Hanya waktu reaksi ketika subjek menjawab dengan benar yang digunakan. Pada akhir percobaan, muncul jendela yang menampilkan data dalam bentuk tabel dan dalam bentuk grafik, dan memberikan penjelasan tentang eksperimen dan hasilnya. Semakin kecil waktu

yang dibutuhkan subjek untuk menyelesaikan percobaan, dapat berarti semakin tinggi *mental imagery*.

If the rotated objects are the same shape, press the / key. Otherwise, press the z key



Gambar 1. Tampilan lembar kerja *CogLab Mental Rotation*.

Prosedur dan Analisis Data

Penelitian pada awalnya dimulai dengan studi mengenai alat ukur *CogLab* dilanjutkan dengan penentuan variabel dan studi literatur untuk memperdalam variabel yang digunakan. Peneliti kemudian melakukan pencarian sekolah dan perizinan. Peneliti dipersilakan oleh guru BK untuk mengambil subjek yang berada pada kelas X. Selanjutnya, didapatkan 2 kelas dengan jumlah keseluruhan 55 siswa, yakni kelas X IIS 1 dan X IIS 2.

Pada hari pelaksanaan, peneliti membagi kegiatan penelitian pada setiap kelas menjadi 2 sesi yang berbeda. Penelitian dilakukan pada jam BK yang berlangsung dalam waktu 45 menit. Pelaksanaan penelitian dilakukan secara klasikal dan bertempat pada laboratorium komputer MA Bilingual Batu. Pada awalnya, peneliti melakukan penelitian pada kelas X IIS 1, setelah itu dilanjutkan dengan kelas X IIS 2. Peneliti membagikan lembar skala afek (*PANAS Scale*) terlebih dahulu dan dilanjutkan dengan pelaksanaan pengerjaan *CogLab Mental Rotation*. Kegiatan membutuhkan waktu kurang lebih 45 menit pada setiap sesi.

Data hasil penelitian dianalisis menggunakan *software* analisis data statistik. Analisis data akan menggunakan uji tipe regresi linear sederhana dengan bantuan *software Statistical Package for Social Science* (SPSS) 21. Teknik uji menggunakan regresi linear sederhana dikarenakan penelitian ini bertujuan untuk menguji mengenai pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dalam 3 tahap uji data. Tahap pertama yakni adalah tahap uji normalitas data dan linearitas, yang dilakukan untuk mengetahui distribusi kenormalan dan linearitas data hasil penelitian. Kedua, dilakukan uji korelasi untuk mengetahui hubungan dari kedua variabel, yakni afek dan *mental imagery*. Ketiga, tahap uji regresi yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh dari variabel afek terhadap variabel *mental imagery*.

Uji normalitas data dari variabel afek dan *mental imagery* dianalisis dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan,

didapatkan hasil yakni nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 1,046 dan sig. (2-tailed) sebesar 0,224. Nilai signifikansi lebih besar dibandingkan 0,05 dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal.

HASIL PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini diidentifikasi berdasarkan dengan jenis kelamin, kelas, dan usia. Peneliti telah menyebarkan 55 skala yang kemudian telah dianalisis. Penjelasan secara lengkap mengenai jumlah dan persentase subjek dijelaskan pada tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Subjek (n= 55)

Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	16	29%
Perempuan	39	71%
Kelas		
X IIS 1	25	45%
X IIS 2	30	55%
Usia		
15 – 16 tahun	51	93%
17 – 18 tahun	4	7%

Berdasarkan deskripsi subjek, dapat dijelaskan bahwa subjek yang berjenis kelamin perempuan dalam penelitian ini berjumlah lebih banyak dari subjek laki-laki. Subjek perempuan berjumlah 39 orang dengan persentase 71%, sedangkan subjek laki-laki berjumlah 16 orang dengan persentase 29%. Subjek penelitian juga terbagi dalam dua kelas yang berbeda, yakni kelas X IIS 1 sebanyak 25 siswa dengan persentase 45% dan kelas X IIS 2 sebanyak 30 siswa dengan persentase 55%. Rentang usia subjek adalah usia 15-18 tahun, dengan rincian subjek yang berusia 15-16 tahun sebanyak 51 orang dengan persentase 93% dan subjek yang berusia 17-18 tahun sebanyak 4 orang dengan persentase 7%.

Tabel 2. Deskriptif Statistik (n=55)

Variabel	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Afek	49	84	65,44	7,026
<i>Mental imagery</i>	1,2	4,4	2,327	0,8363

Hasil deskriptif statistik menunjukkan nilai minimum pada variabel afek adalah sebesar 49, sedangkan nilai maksimumnya sebesar 84. Sedangkan pada variabel *mental imagery*, nilai minimum adalah sebesar 1,2 dan nilai maksimumnya sebesar 4,4. Nilai rata-rata pada variabel afek adalah sebesar 65,44 dan pada variabel *mental*

imagery adalah sebesar 2,327. Standar deviasi variabel afek sebesar 7,026 dan untuk variabel *mental imagery* sebesar 0,8363.

Uji Regresi

Berdasarkan hasil uji regresi terhadap skor afek dan *mental imagery*, didapatkan hasil bahwa nilai signifikansi (sig.) adalah sebesar 0,015. Nilai signifikansi kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa variabel afek memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *mental imagery*. Nilai F hitung sebesar 6,318 lebih besar dibandingkan nilai F tabel yakni 4,02 menunjukkan adanya pengaruh di antara kedua variabel. Nilai R yakni sebesar 0,326 menunjukkan bahwa korelasi antara variabel afek dengan variabel *mental imagery* adalah sebesar 32,6%. Selanjutnya, nilai R^2 sebesar 0,107 menunjukkan bahwa variabel afek memiliki sumbangan pengaruh sebesar 10,7% terhadap variabel *mental imagery*.

DISKUSI

Berdasarkan hasil dari penelitian, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari afek terhadap *mental imagery*. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Menurut data yang diperoleh, hasil penelitian ini sesuai dengan teori Pylyshyn (2002) bahwa afek merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *mental imagery*. Hasil dari penelitian ini juga selaras dengan penelitian oleh Kaltner & Jansen (2014) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan dari kecemasan dan depresi dengan skor rotasi mental.

Afek dapat mempengaruhi kognitif melalui proses inferensial dan proses memori, dengan kata lain afek dapat mempengaruhi pemrosesan informasi (Forgas, 2008). Visualisasi ingatan dapat muncul ketika afek yang dirasakan saat itu sesuai dengan afek saat terjadinya ingatan tertentu. Seperti contohnya, individu dengan afek yang positif mengingat kembali lebih banyak peristiwa bahagia, sebaliknya individu yang merasakan afek negatif lebih banyak mengingat peristiwa yang tidak menyenangkan (Forgas, 2008).

Kondisi emosi dan *mental imagery* berhubungan secara rasional, karena *mental imagery* memiliki sinyal terhadap rangsangan yang sama dengan kondisi emosi (Holmes & Mathews, 2010). *Mental imagery* juga mengaktifkan bagian otak yang sama dengan bagian otak yang memproses terjadinya afek (Holmes & Mathews, 2010). Afek dapat mempengaruhi *mental imagery* karena terdapat amigdala yang merespon representasi abstrak dari kondisi emosi terhadap stimulus (Phelps, 2006; Mammarella, 2011). Menurut Zacks (2008), pada otak terdapat area parietal yang dianggap sebagai penghubung neural, di mana kondisi emosi memunculkan aktivitas di amigdala yang dapat meningkatkan waktu munculnya *mental imagery*.

Pada usia remaja, kegiatan sehari-hari dan pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan kondisi emosi dan pengaruh sosial (Steinberg, 2005). Kondisi emosi

yang dialami individu dalam merespon situasi berpengaruh terhadap *mental imagery*nya (Cumming & Williams, 2012).

Kondisi emosi positif dan negatif mempengaruhi proses kognitif pada kondisi yang sesuai dan situasi tertentu, seperti misalnya dalam kondisi mengemudi (Pecher, Lemercier, & Cellier, 2011). Individu yang menyetir dengan emosi negatif berpengaruh terhadap pengambilan resiko yang tinggi, reaksi yang buruk, dan kurangnya kehati-hatian, yang dapat meningkatkan resiko kecelakaan. Emosi negatif pada pengemudi tidak hanya meningkatkan gangguan psikomotor, namun juga penurunan kinerja dan fokus (Pecher et al., 2011).

Gejala psikologi seperti kurangnya motivasi, konsentrasi yang kurang, dan rasa sedih yang terlalu dalam menyebabkan kesulitan berkonsentrasi dan pengambilan keputusan (Haslam, Atkinson, Brown, & Haslam, 2005). Begitu pula penelitian Dickerson (1993) yang menyatakan bahwa afek dapat mempengaruhi kemampuan pengambilan keputusan. Vast, Young, dan Thomas (2010) menyatakan kecemasan, kekhawatiran, dan harapan negatif menyebabkan penurunan dalam kinerja, sedangkan perasaan gembira berhubungan dengan fokus pada kinerja, kemudahan dalam bergerak, dan meningkatkan konsentrasi pada atlet.

Kecemasan dikaitkan dengan peningkatan pengalihan perhatian dan konsentrasi yang buruk (Bishop, Duncan, Brett, & Lawrence, 2004). Afek positif, seperti perhatian, berperan dalam proses *mental imagery*. Kondisi emosi yang positif pada individu dapat meningkatkan perhatiannya (Fredrickson, 2001). Sejalan dengan penelitian oleh Vast, Young, dan Thomas (2010), yang menyebutkan bahwa kondisi emosi positif dapat menjadi sumber munculnya perhatian terhadap tujuan dan pencapaian tugas.

Kondisi emosi berhubungan dengan kesehatan fisik individu, di mana kesehatan fisik yang menurun menyebabkan gangguan terhadap konsentrasi (Fredrickson, 2001). Sejalan dengan pernyataan tersebut, Nuramaliana (2016) juga menjelaskan beberapa penyebab terganggunya konsentrasi antara lain kurangnya minat dan rasa bosan terhadap kegiatan, terganggu oleh kebisingan atau suara ramai, pikiran yang sedang kacau, dan kesehatan fisik yang menurun.

Kurangnya perhatian dan konsentrasi pada individu yang mengalami cemas dapat menyebabkan kesulitan dalam membayangkan rotasi mental, sebaliknya, fokus dan perhatian dibutuhkan dalam proses rotasi mental (Kaltner & Jansen, 2014). Kondisi emosi yang positif meningkatkan strategi kreatif yang dapat berpengaruh pada rotasi mental (Mammarella, 2011), karena individu dengan kondisi emosi yang positif menunjukkan pola pikir yang lebih fleksibel dan kreatif (Fredrickson, 2001).

Selain itu, individu yang gelisah menunjukkan kontrol yang kurang terhadap kondisi yang mengancam, berbeda dengan individu yang waspada (Kaltner & Jansen, 2014). Individu yang waspada terhadap ancaman dikaitkan dengan peningkatan kesadaran terhadap sistem deteksi perhatian yang berpusat pada amigdala (Kaltner & Jansen, 2014). Pada saat mengerjakan instrumen *CogLab Mental Rotation*, dibutuhkan tingkat kewaspadaan yang tinggi dikarenakan setiap

percobaan muncul secara cepat. Bila individu kurang waspada dalam mengerjakan dapat meningkatkan waktu dalam menyelesaikan setiap percobaan.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara afek dengan *mental imagery*.

Implikasi dari penelitian ini yakni afek berpengaruh terhadap *mental imagery*. Sehingga, siswa diharapkan dapat memiliki afek positif yang tinggi agar dapat meningkatkan *mental imagery*-nya.

Bagi siswa SMA diharapkan dapat mengarahkan diri pada afek positif dan dapat mengetahui mengenai kemampuan *mental imagery* yang mungkin belum pernah diketahui sebelumnya.

Guru dapat mengetahui kecenderungan afek yang dimiliki oleh siswanya serta dapat meningkatkan semangat dari siswa yang cenderung pada afek negatif. Dukungan dari guru sangat diharapkan agar siswa dapat meningkatkan afek positifnya, sehingga dapat meningkat pula *mental imagery* yang dimiliki siswa.

REFERENSI

- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36–46.
- Berry, D. S., & Hansen, J. S. (1996). Positive affect, negative affect, and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 796–809.
- Bishop, S., Duncan, J., Brett, M., & Lawrence, A. D. (2004). Prefrontal cortical function and anxiety: Controlling attention to thread-related stimuli. *Nature Neuroscience*, 7(2).
- Cumming, J. & Williams, S. E. (2012). The role of imagery in performance. *Research Gate*, 213-232.
- Dickerson, A. E. (1993). The relationship between affect and cognition. *Occupational Therapy in Mental Health*, 12(1), 47-59.
- Dolan, R. J. (2002). Emotion, cognition, and behavior. *Science*, 298, 1191-1194.
- Feldman, R. S. (2012). Pengantar psikologi. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Forgas, J. P. (2008). Affect and cognition. *Perspective on Psychological Science*, 3(2), 94-101.

- Fredrickson, B. I. (2001). The role of positive emotion in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Goldstein, E. B. (2011). *Cognitive psychology: Connecting mind, research, and everyday experience*. Third Edition. United States: Wadsworth Cengage Learning.
- Haslam, C., Atkinson, S., Brown, S. S., & Haslam, R. A. (2005). Anxiety and depression in the workplace: Effects on the individual and organization (a focus group investigation). *Journal of Affective Disorders*, 88, 209–215.
- Holmes, E. A., & Mathews, A. (2010). Mental imagery in emotion and emotional disorders. *Clinical Psychology Review*, 30(3), 349–362.
- Ibda, F. (2015). Perkembangan kognitif: Teori jean piaget. *Intelektualita*, 3(1), 27-38.
- Kaltner, S. & Jansen, P. (2014). Emotion and affect in mental imagery: Do fear and anxiety manipulate mental rotation performance?. *Frontiers in Psychology*, 5(729), 1-12.
- Kosslyn, S. M., Behrmann, M., & Jeannerods, M. (1995). The cognitive neuroscience of mental imagery. *Neuropsychologia*, 3(11), 1335-1344.
- Kuppens, P., Realo, A., & Diener, E. (2008). The role of positive and negative emotions in life satisfaction judgment across nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 66–75.
- Little, L. M., Simmons, B. L., & Nelson, D. L. (2007). Health among leaders: positive and negative affect, engagement and burnout, forgiveness and revenge. *Journal of Management Studies*, 44(2).
- Mammarella, N. (2011). Is there a "special relationship between unconscious emotions and visual imagery? Evidence from a mental rotation test. *Consciousness and Cognition*, 20, 444-448.
- Mylsidayu, A. (2014). *Psikologi olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Nuramaliana, S. (2016). Konsentrasi belajar dan penyesuaian diri pada siswa kelas vii di smpn 1 ciawigebang tahun ajaran 2016/2017. *Skripsi*. Program Studi Bimbingan dan Konseling UNY.
- Papalia, D. E., Old, S. W., Feldman, R. D. (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Edisi Kesembilan. Jakarta: Kencana.
- Pecher, C., Lemerrier, C., Cellier, J. M. (2011). The influence of emotions on driving behavior. *Cognition, Langues, Langage et Ergonomie*. Universite de

Toulouse, France.

Phelps, E. A. (2006). Emotion and cognition: Insights from studies of the human amygdala. *Annu. Rev. Psychol*, 57, 27-53.

Priyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.

Pylyshyn, Z. W. (2002). Mental imagery: in search of a theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 25(2), 157-238.

Santrock, J.W. (2012). *Life-span development*. Jakarta: Penerbit Airlangga.

Sarwono, S. W. (2013). Psikologi remaja. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Singh, K., & Jha, S. D. (2008). Positive and negative affect, and grit as predictors of happiness and life satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(Special), 40–45.

Solso, R. L., Maclin, O. H., Maclin, M. K. (2008). *Psikologi kognitif*. Edisi Kedelapan. Jakarta: Penerbit Airlangga.

Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective in adolescence. *TRENDS in Cognitive Sciences*, 9(2), 69-74.

Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Suryabrata, S. (2003). *Metode penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Vast, R. L., Young, R. L., & Thomas, P. R. (2010). Emotions in sport: Perceived effects on attention, concentration, and performance. *Australian Psychologist*, 45(2), 132-140.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Zacks, J. M. (2008). Neuroimaging studies of mental rotation: a meta-analysis and review. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 20(1), 1-19.

Zucker, S., Sassman, C., & Case, B. J. (2004). *Cognitive labs: Technical report*. London: Pearson Inc.



LAMPIRAN

SKALA ADAPTASI
AFEK POSITIF DAN NEGATIF (PANAS SCALE)

NAMA :

USIA :

KELAS :

Skala ini terdiri dari 20 kata yang menggambarkan perasaan dan emosi yang berbeda. Silakan memberikan tanda centang (√) pada seberapa sering adik-adik mengalami masing-masing emosi tersebut pada hari ini.

No.	PERASAAN/ EMOSI	SANGAT SERING	SERING	KADANG- KADANG	JARANG	TIDAK PERNAH
1.	Tertarik					
2.	Tertekan					
3.	Gembira					
4.	Kecewa					
5.	Kuat					
6.	Merasa Bersalah					
7.	Terkejut					
8.	Bermusuhan					
9.	Antusias					
10.	Bangga					
11.	Mudah tersinggung					
12.	Waspada					
13.	Malu					
14.	Terinspirasi					
15.	Gugup					
16.	Bertekad					
17.	Penuh perhatian					
18.	Gelisah					
19.	Aktif					
20.	Takut					

TABULASI DATA TRY OUT
SKALA AFEK

SUBJEK	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20
Subjek 1	4	5	4	4	3	4	3	5	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	5
Subjek 2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2
Subjek 3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3
Subjek 4	4	4	5	5	5	5	4	3	4	5	5	4	4	3	5	5	4	3	5	4
Subjek 5	2	3	5	5	4	4	5	3	3	4	4	5	2	3	3	5	3	4	3	3
Subjek 6	3	3	4	3	3	5	4	2	3	3	2	4	4	2	3	3	2	2	2	1
Subjek 7	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	5	4	5	3	4	4	3	3	4	2
Subjek 8	4	3	4	2	3	2	2	2	3	4	2	2	5	2	2	2	4	2	2	3
Subjek 9	3	4	5	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	5
Subjek 10	3	2	3	2	2	3	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	2	3
Subjek 11	4	4	5	5	4	2	4	4	3	2	3	2	5	4	4	5	3	4	2	4
Subjek 12	4	5	5	4	4	4	4	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	2
Subjek 13	2	2	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	4	4	2	4	2	4	3	1
Subjek 14	4	3	4	5	3	2	3	2	3	4	4	3	2	1	4	3	4	1	3	2
Subjek 15	3	2	4	2	4	3	4	2	4	4	2	2	3	3	3	4	3	2	1	1
Subjek 16	4	3	4	4	3	5	3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4
Subjek 17	3	1	3	2	4	2	4	3	1	3	3	4	2	2	1	2	3	2	3	1
Subjek 18	3	2	4	2	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	2	2	3	3	4	2
Subjek 19	4	3	4	4	5	4	5	3	3	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	3
Subjek 20	4	1	5	3	3	4	3	2	4	5	3	4	5	2	1	4	4	2	4	3

Subjek 21	2	4	2	3	4	4	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1
Subjek 22	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	2	3
Subjek 23	2	2	1	3	3	3	1	1	2	3	3	1	4	4	4	3	2	4	3	4
Subjek 24	3	5	5	4	3	3	4	5	4	4	5	4	3	2	5	3	3	2	4	2
Subjek 25	2	4	3	4	4	3	4	2	3	2	4	4	5	3	3	4	2	4	3	3
Subjek 26	4	5	5	3	3	4	3	4	4	5	4	3	4	4	5	4	4	5	4	3
Subjek 27	3	5	3	4	4	3	5	2	4	3	3	5	5	3	5	4	3	3	2	4
Subjek 28	3	4	5	4	4	2	4	4	4	4	5	4	4	2	2	4	3	2	4	2
Subjek 29	4	4	5	4	4	3	4	4	3	5	3	4	4	3	2	4	4	2	4	2
Subjek 30	4	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	2	2	2	3	4	1	2	2	2
Subjek 31	4	3	4	3	4	5	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3
Subjek 32	4	4	5	4	3	5	3	4	5	5	3	4	2	4	5	4	2	4	3	4
Subjek 33	3	4	4	5	3	4	3	2	2	3	2	4	4	5	4	4	3	4	2	3
Subjek 34	4	2	3	4	3	2	2	2	1	4	2	4	1	2	3	4	2	4	1	2
Subjek 35	5	3	4	3	5	4	3	4	4	4	5	4	3	4	3	3	4	3	4	3
Subjek 36	4	3	5	3	4	2	3	3	4	4	4	5	3	5	4	4	4	2	3	4
Subjek 37	3	3	4	2	3	2	4	3	4	3	2	5	2	3	2	2	3	4	2	4
Subjek 38	3	1	4	3	3	1	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	1	1	2
Subjek 39	4	4	5	5	5	5	3	4	3	4	5	4	5	3	4	3	4	5	4	4
Subjek 40	4	3	5	2	3	4	2	2	3	4	5	3	3	5	3	2	3	2	4	3
Subjek 41	3	4	4	5	3	4	3	2	4	3	4	2	5	4	3	2	4	3	3	5
Subjek 42	4	4	5	3	4	2	3	3	4	3	5	4	5	5	4	3	2	4	2	2
Subjek 43	3	2	3	2	3	3	3	2	1	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3
Subjek 44	3	2	4	5	4	3	2	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	5	3
Subjek 45	4	3	2	4	4	4	3	4	2	3	3	4	5	4	4	3	4	3	4	3

Subjek 46	4	3	4	3	5	4	3	2	5	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	3
Subjek 47	4	3	2	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	5	5	4	5	4	5	4
Subjek 48	3	2	4	5	3	4	4	2	4	5	3	4	4	2	4	5	2	3	2	2
Subjek 49	4	5	5	2	4	5	4	3	3	2	4	3	4	5	4	3	2	3	2	5
Subjek 50	3	4	5	5	3	5	4	4	5	4	3	3	5	4	5	4	3	4	5	4
Subjek 51	4	3	4	4	3	5	4	5	2	2	4	3	2	3	3	4	2	4	2	3
Subjek 52	2	4	2	3	2	3	2	1	2	2	3	1	4	1	4	1	1	2	1	3
Subjek 53	1	3	2	4	2	1	2	4	3	1	4	2	4	1	4	4	1	3	2	4
Subjek 54	2	3	3	4	3	2	1	3	1	3	3	1	2	1	3	4	3	2	3	1
Subjek 55	3	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	5	4	3	4	3	5
Subjek 56	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	1	4	3	1
Subjek 57	4	5	4	3	4	4	2	4	4	5	4	4	5	3	4	4	2	5	2	3
Subjek 58	3	2	4	5	5	3	3	2	3	3	5	4	3	2	4	3	4	4	3	5
Subjek 59	2	3	2	4	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	3	3	1	4	2	3
Subjek 60	1	4	2	4	3	3	2	4	3	2	4	2	5	4	5	4	3	4	4	4
Subjek 61	3	4	4	3	5	4	3	4	5	4	3	3	3	3	4	2	4	2	4	4
Subjek 62	4	3	2	4	2	2	3	5	5	3	4	2	5	4	5	5	2	4	2	3
Subjek 63	3	5	3	4	3	3	4	4	4	2	5	3	4	2	4	4	2	3	2	2
Subjek 64	2	5	4	4	4	2	4	3	5	4	5	4	3	3	4	5	4	2	3	2
Subjek 65	2	5	3	5	3	3	2	4	4	5	3	5	3	2	3	3	2	5	3	3
Subjek 66	5	2	5	4	4	2	4	5	3	2	3	2	4	3	4	5	3	5	3	4
Subjek 67	3	4	4	4	3	2	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	3	2	1	2
Subjek 68	4	1	3	2	3	2	1	2	4	3	1	4	1	4	1	2	4	1	2	1
Subjek 69	2	4	3	4	3	2	2	4	4	5	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2
Subjek 70	2	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	5	3	3	4	5	3	3	3	4

Subjek 71	2	5	3	5	4	5	4	4	3	4	3	5	3	5	4	5	3	5	3	2
Subjek 72	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	3	2	4	3	4
Subjek 73	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	2	3	2	5
Subjek 74	2	5	4	5	5	2	2	5	4	4	5	4	5	3	3	5	3	3	4	3
Subjek 75	2	3	4	4	3	4	2	3	4	2	2	2	3	3	5	4	2	5	2	4
Subjek 76	3	4	4	3	3	2	1	4	4	3	2	2	3	3	2	4	2	4	3	5
Subjek 77	4	5	5	2	4	5	4	3	3	2	4	3	4	5	4	3	2	3	2	5
Subjek 78	3	4	5	4	3	3	4	4	5	4	3	2	4	3	4	4	3	5	5	4
Subjek 79	4	3	4	4	3	5	4	5	2	2	4	3	3	3	3	4	2	4	2	4
Subjek 80	4	4	4	3	4	4	5	4	5	4	4	3	5	3	4	5	3	4	5	4
Subjek 81	3	3	4	5	4	2	4	4	3	5	2	2	4	5	3	4	5	4	2	3

VALIDITAS SKALA AFEK

No.	Aspek	No. Item Valid	No. Item Tidak Valid	Indeks Validitas
1.	Afek Positif	1, 3, 5, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 19.	-	0,322-0,516
2.	Afek Negatif	2, 4, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 18, 20.	-	

RELIABILITAS SKALA AFEK

Variabel	Cronbach Alpha	Keterangan
Afek	0,846	Reliabel

BLUE PRINT SKALA AFEK

No.	Aspek	Nomor Butir	Jumlah Butir
1.	Afek Positif	1, 3, 5, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 19.	10
2.	Afek Negatif	2, 4, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 18, 20.	10
Total			20

TABULASI DATA COGLAB MENTAL ROTATION

No.	Nama	Usia (th)	JK	SKOR COGLAB (MS)							TOTAL (MS)	TOTAL (S)
				1	2	3	4	5	6	7		
1	ANF	18	L	1951,3	2409,9	3525,7	2337,4	2586	2372,2	1767,6	2421,4	2,4
2	AS	17	P	998,6	1614,7	2373	2065,9	2937,5	2247,5	2181,7	2059,8	2
3	ANE	15	P	1465,2	1422,6	1847	1621,4	2224,2	1926,3	2196,6	1814,8	1,8
4	DNA	15	P	2489,8	2605,7	2717	2030,1	2645,6	2157,7	2325,3	2424,5	2,4
5	EFA	16	P	1246	2028,6	1394	982,6	1412,7	1778,5	1335,2	1453,9	1,5
6	FRW	16	P	2195,7	2722	3182,9	3084,3	2198,1	1875,4	1831,5	2441,4	2,4
7	HRJW	15	L	1376,5	2391,6	2466	2943,4	2426,3	2314,5	2620,6	2362,7	2,4
8	JQA	15	P	1361	2151,1	2090,8	1740,5	1931,3	1797	1136,1	1744,0	1,7
9	KA	16	P	1801,8	3130,4	3220,9	2088,6	2215,5	2637,7	2733,5	2546,9	2,5
10	LZ	16	P	3042,6	3640,9	1778,6	2650,1	2806,8	2589,3	3027,3	2790,8	2,8
11	MNH	16	P	2557,9	4360,4	2958,9	4393,6	5291,1	5063	4782,6	4201,1	4,2
12	MYF	16	P	1734,8	1355,5	1761,2	1529,2	1865,3	3196,4	1491,5	1847,7	1,8
13	MAH	16	L	1280,8	3291,6	3010,9	1235,7	2065,6	2591,1	1529	2143,5	2,1
14	MSYP	16	L	603,3	469	2226,9	1445,7	677	1490,2	1434,8	1192,4	1,2
15	MSF	16	L	800,2	2557,8	1107,1	1396,9	2715,7	1248,6	1224,9	1578,7	1,6
16	NZN	16	P	3713,1	3697,2	3265,8	3823,1	3548,8	2692,5	2898,8	3377,0	3,4
17	NNLA	16	P	1997,4	1591,3	2365,3	2182,9	2427,7	1825,5	1464,6	1979,2	2
18	RAFLH	16	L	1156,3	738,6	1264,4	1597,1	2385,6	1844,7	1374,3	1480,1	1,5
19	RA	17	P	2415,3	1854,6	2273,1	2512,5	1289,6	1620,4	2685,4	2093,0	2,1
20	RSG	16	L	820,8	1493,1	1473,7	1061,3	1336,4	708,1	2278,7	1310,3	1,3
21	SA	16	P	1834,2	2434,1	2257,5	2953,9	1577,9	1447,6	1459,5	1995,0	2

22	SIIS	15	L	2828,7	3360,6	3738,1	3253,6	3518,5	3718,4	4418,1	3548	3,5
23	SP	16	P	4677,8	3658,7	2149,3	3041,6	3077,3	3946	1178,4	3104,2	3,1
24	YF	15	P	2557,2	2675,4	2640,7	3477,4	3388,5	2670	3599,8	3001,3	3
25	ZAL	16	P	3895	4359	4350,3	3345,6	4391	3966,5	3491,7	3971,3	4
26	ABS	16	L	961,1	1121,5	2029,6	1798,7	1891,6	2445,4	1767,6	1716,5	1,7
27	ASR	17	L	3555,3	4349,5	4794	3775,4	5071,5	4993,6	4514,7	4436,3	4,4
28	AMD	16	P	1325,1	2112,2	1883,1	1450,6	1589,2	1139,4	1815,8	1616,5	1,6
29	AZN	15	P	3519,2	2808	4931,6	3792,5	3723,2	3037,9	4183,3	3713,7	3,7
30	AAA	16	P	1583	2244,3	1603,6	2279,3	3021,8	2935,1	1888,2	2222,2	2,2
31	AF	16	L	1569,7	1767,5	1148,5	1640,7	1442,1	1150,6	1959,1	1525,5	1,5
32	CLR	16	P	1569,8	1756,4	1768,5	1421,5	2796,2	2219,8	2259,2	1970,2	2
33	FA	15	P	3061,7	4137,9	4406,8	3690,8	4164,2	4533,2	5381,4	4196,6	4,1
34	FAn	16	P	2044,3	1882,4	2306,4	1701	1582	1651,3	1758,5	1846,6	1,8
35	HR	16	P	1885,4	1372,3	1680,1	2048,7	1358,9	1680,1	1262,4	1612,6	1,6
36	KR	16	P	784	1640,9	1337,5	1241,8	1204,8	792,4	1532,7	1219,2	1,2
37	KhA	16	L	1370,5	1621,6	1190	1073,5	1830,9	1518,7	2618,9	1603,4	1,6
38	LA	16	P	1431,4	1392,2	1847,2	1428,8	1189,7	1752,1	1271,6	1473,3	1,4
39	MRF	16	L	2413	2593,5	2292,8	2169,6	2623,4	2643,4	2287,8	2431,9	2,4
40	Mrt	16	P	982,8	1475,1	1039,7	2082,7	1195,1	2822,1	1448,1	1577,9	1,6
41	MAF	16	L	1185,6	1462,3	3411,9	1824,8	1476,1	1847,2	2548,2	1965,2	2
42	MRH	15	L	1898,3	1679,8	1180,4	1916,9	2217,3	1063,6	2513,6	1781,4	1,8
43	NV	16	P	3344	2651,2	3082,9	3503,8	3161,3	2924,3	3560,7	3175,5	3,2
44	NH	16	P	2061,5	1729,5	1708,6	1708,6	1944,3	1866,9	2353,9	1910,5	1,9
45	NRS	16	P	2270,8	2333,1	1611,2	2409,9	1872,2	947	1892,1	1905,2	1,9
46	PNS	15	P	3367,5	3649,1	3433,2	3634,7	3615	3335,5	4205,2	3605,7	3,6

47	RDS	16	L	2653,5	3714,2	2438,7	3623,8	2623,6	3184,2	2856,9	3013,6	3
48	RFF	16	P	1843,8	2082,6	3682	3179,7	2957,4	2880	2851,8	2782,5	2,8
49	SN	16	P	1992,5	2181,3	4815,4	1136,7	1739	1897,8	3196,9	2422,8	2,4
50	SA	16	P	2616,8	3087,9	2399,9	2929,9	3312,8	3246,2	2662,6	2893,7	2,9
51	SF	15	P	1374,4	1388,4	1700,9	2216,7	3092,5	649,4	1440,9	1694,7	1,7
52	TMA	16	P	1941,2	2332,1	1441,7	1712,9	1752,3	1167,9	2370,3	1816,9	1,8
53	WRW	16	P	1289,3	1885,3	995	2205,2	2217,3	831,1	1597,1	1574,3	1,6
54	YP	15	P	1819	3336,5	2398	2221,1	1878,6	2198,2	2420,9	2324,6	2,3
55	ZIM	15	P	2917,2	3547,7	3903,6	3149,2	4574,5	4053,5	3187,6	3619,0	3,6



TABULASI DATA PENELITIAN SKALA AFEK

No.	Nama	SKOR AFEK																				TOTAL
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	ANF	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	2	5	5	2	5	2	67
2	AS	3	4	5	2	3	2	2	4	4	4	1	3	2	5	4	4	4	4	3	4	67
3	ANE	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	4	3	4	66
4	DNA	4	4	5	3	4	3	2	4	5	4	4	4	3	5	3	5	4	3	5	3	77
5	EFA	3	3	4	2	4	2	4	4	4	4	3	5	1	4	2	3	2	3	3	4	64
6	FRW	4	3	4	2	4	1	1	3	4	4	3	4	3	5	3	4	5	2	3	3	65
7	HRJW	4	2	5	2	3	1	3	4	5	5	2	5	2	5	2	5	4	2	5	2	68
8	JQA	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	2	2	2	4	4	3	4	4	4	4	68
9	KA	4	3	5	3	4	3	3	4	4	4	2	5	3	4	2	4	4	2	3	2	68
10	LZ	3	3	4	4	3	4	4	5	4	3	4	2	1	2	3	2	3	3	2	2	61
11	MNH	3	2	4	3	3	4	4	3	2	4	2	3	2	3	2	2	4	2	3	2	57
12	MYF	3	3	5	4	3	2	4	4	3	4	1	3	3	5	3	2	3	4	3	3	65
13	MAH	4	2	4	5	3	2	4	3	3	4	3	5	2	5	1	4	3	4	4	4	69
14	MSYP	3	4	5	1	4	3	4	5	4	4	4	3	2	3	2	4	3	4	5	3	70
15	MSF	4	3	4	3	5	2	3	4	5	5	2	4	3	4	4	4	4	3	4	3	73
16	NZN	4	1	4	1	4	1	1	3	5	4	1	4	1	5	1	5	5	1	5	1	57
17	NNLA	4	2	5	2	4	1	3	3	4	4	2	4	1	4	3	3	3	4	4	3	63
18	RAFLH	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	68
19	RA	4	3	4	2	3	2	3	4	3	3	2	4	1	4	4	3	4	2	3	3	61
20	RSG	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	67
21	SA	4	3	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	5	4	3	4	4	74

22	SIIS	4	1	3	2	4	2	1	2	4	3	1	4	1	4	1	4	4	1	3	2	51
23	SP	3	4	4	4	4	4	3	5	3	2	5	2	5	2	5	1	1	5	3	5	70
24	YF	3	1	2	3	3	4	4	4	5	4	4	4	3	2	4	3	5	1	2	2	63
25	ZAL	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	1	5	4	5	1	3	4	2	5	71
26	ABS	5	4	5	3	4	3	3	4	4	3	5	4	3	3	3	3	3	4	4	4	74
27	ASR	3	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	3	73
28	AMD	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	60
29	AZN	4	3	5	1	4	1	3	3	4	5	1	4	2	4	1	4	4	1	3	1	58
30	AAA	2	3	4	1	4	1	3	1	2	3	2	2	1	4	3	2	4	3	4	3	52
31	AF	3	2	4	3	5	1	3	4	3	2	4	4	2	4	3	2	3	4	4	5	65
32	CLR	3	2	4	2	2	2	3	4	4	4	3	5	2	5	4	4	5	3	5	4	70
33	FA	2	3	2	2	5	1	3	5	2	2	3	5	2	3	4	4	3	2	4	5	62
34	FAn	3	4	5	3	4	3	3	5	3	3	3	4	2	5	2	4	3	4	3	2	68
35	HR	3	3	4	2	2	2	3	4	5	5	3	5	2	5	3	4	5	3	5	4	72
36	KR	3	2	5	2	3	2	2	4	4	4	1	4	2	5	3	4	4	2	5	4	65
37	KhA	2	4	3	3	3	4	2	5	3	1	4	4	1	1	2	2	1	4	3	2	54
38	LA	2	5	4	5	4	5	4	5	3	4	4	2	1	5	4	3	3	4	4	2	73
39	MRF	4	4	4	4	4	4	3	5	3	4	4	3	4	2	4	3	3	5	4	4	75
40	Mrt	3	5	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	1	5	3	5	3	3	4	5	74
41	MAF	4	3	4	2	3	2	2	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	64
42	MRH	3	2	5	4	5	4	5	2	5	5	3	4	4	5	5	5	5	4	4	5	84
43	NV	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	3	4	2	5	4	3	4	3	4	4	70
44	NH	4	4	5	2	4	2	3	4	4	3	2	4	2	3	3	4	3	2	2	3	63
45	NRS	4	4	5	3	4	2	3	4	4	4	2	3	2	3	4	3	3	4	5	3	69
46	PNS	3	2	4	2	2	2	3	4	1	3	4	4	1	4	2	3	3	3	5	3	58

47	RDS	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	4	65
48	RFF	2	2	3	2	2	3	1	2	3	2	2	5	1	5	1	3	3	2	3	2	49
49	SN	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	59
50	SA	3	4	3	2	2	3	2	4	3	2	3	5	1	5	1	3	3	2	3	2	56
51	SF	4	4	5	2	4	3	2	4	2	2	4	2	4	3	4	3	5	4	5	4	70
52	TMA	2	1	2	2	5	2	4	2	5	4	4	3	4	4	3	5	5	3	5	5	70
53	WRW	5	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	3	2	4	3	64
54	YP	4	2	5	1	5	1	3	2	3	3	1	4	2	3	2	3	5	1	3	3	56
55	ZIM	3	2	4	1	3	2	3	5	3	3	2	4	1	4	3	4	2	3	3	2	57



**KETERANGAN KATEGORI AFEK DAN *MENTAL IMAGERY* PADA
SUBJEK**

No.	NAMA	KELAS	AFEK	<i>MENTAL IMAGERY</i>
1.	ANF	X IIS 1	POSITIF	RENDAH
2.	AS	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
3.	ANE	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
4.	DNA	X IIS 1	POSITIF	RENDAH
5.	EFA	X IIS 1	NEGATIF	TINGGI
6.	FRW	X IIS 1	NEGATIF	RENDAH
7.	HRJW	X IIS 1	POSITIF	RENDAH
8.	JQA	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
9.	KA	X IIS 1	POSITIF	RENDAH
10.	LZ	X IIS 1	NEGATIF	RENDAH
11.	MNH	X IIS 1	NEGATIF	RENDAH
12.	MYF	X IIS 1	NEGATIF	TINGGI
13.	MAH	X IIS 1	POSITIF	RENDAH
14.	MSYP	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
15.	MSF	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
16.	NZN	X IIS 1	NEGATIF	RENDAH
17.	NNLA	X IIS 1	NEGATIF	TINGGI
18.	RAFLH	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
19.	RA	X IIS 1	NEGATIF	RENDAH
20.	RSG	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
21.	SA	X IIS 1	POSITIF	TINGGI
22.	SIIS	X IIS 1	NEGATIF	RENDAH
23.	SP	X IIS 1	POSITIF	RENDAH
24.	YF	X IIS 1	NEGATIF	RENDAH
25.	ZAL	X IIS 1	POSITIF	RENDAH
26.	ABS	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
27.	ASR	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
28.	AMD	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
29.	AZN	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
30.	AAA	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
31.	AF	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
32.	CLR	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
33.	FA	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
34.	FAn	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
35.	HR	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
36.	KR	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
37.	KhA	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
38.	LA	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
39.	MRF	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
40.	Mrt	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
41.	MAF	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
42.	MRH	X IIS 2	POSITIF	TINGGI

43.	NV	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
44.	NH	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
45.	NRS	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
46.	PNS	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
47.	RDS	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
48.	RFF	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
49.	SN	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
50.	SA	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
51.	SF	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
52.	TMA	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
53.	WRW	X IIS 2	POSITIF	TINGGI
54.	YP	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH
55.	ZIM	X IIS 2	NEGATIF	RENDAH

Ket:

Afek = Positif apabila skor $\geq 66,00$ (Nilai median kelompok)

Negatif apabila skor $< 66,00$

Mental Imagery = Tinggi apabila skor $\leq 2,00$ (Nilai median kelompok)

Rendah apabila skor $> 2,00$

OUTPUT ANALISIS TRY OUTPANAS

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	81	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	81	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,846	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	63,05	99,923	,322	,844
A2	62,86	94,319	,501	,836
A3	62,49	95,428	,489	,837
A4	62,64	98,733	,341	,843
A5	62,80	97,635	,498	,838
A6	63,00	96,225	,421	,840
A7	63,10	95,965	,482	,837
A8	62,99	97,012	,415	,840
A9	62,90	95,840	,473	,838
A10	62,85	96,053	,439	,839
A11	62,77	96,157	,463	,838
A12	63,00	97,725	,363	,842
A13	62,65	98,529	,325	,844
A14	63,10	95,640	,459	,838
A15	62,80	96,985	,427	,840
A16	62,67	97,250	,448	,839
A17	63,35	98,254	,384	,841
A18	62,95	96,823	,408	,840
A19	63,31	94,641	,516	,836
A20	63,17	96,570	,374	,842

OUTPUT ANALISIS HASIL **COGLAB MENTAL ROTATION DAN PANAS SCALE**

Frequencies

[DataSet3]

		Statistics	
		AFEK	GAMBARAN_M ENTAL
N	Valid	55	55
	Missing	0	0
Mean		65,44	2,327
Median		66,00	2,000
Std. Deviation		7,026	,8363
Minimum		49	1,2
Maximum		84	4,4

NPar Tests

[DataSet3]

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			Unstandardized Residual
N			55
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		,0000000
	Std. Deviation		,79052307
	Absolute		,141
Most Extreme Differences	Positive		,141
	Negative		-,074
Kolmogorov-Smirnov Z			1,046
Asymp. Sig. (2-tailed)			,224

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Correlations

[DataSet3]

Correlations			
		AFEK	GAMBARAN_M ENTAL
AFEK	Pearson Correlation	1	-,326*
	Sig. (2-tailed)		,015
	N	55	55

GAMBARAN_MENTAL	Pearson Correlation	-,326*	1
	Sig. (2-tailed)	,015	
	N	55	55

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Regression

[DataSet3]

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	AFEK ^b		Enter

a. Dependent Variable: GAMBARAN_MENTAL

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,326 ^a	,107	,090	,7979

a. Predictors: (Constant), AFEK

b. Dependent Variable: GAMBARAN_MENTAL

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4,023	1	4,023	6,318	,015^b
	Residual	33,746	53	,637		
	Total	37,769	54			

a. Dependent Variable: GAMBARAN_MENTAL

b. Predictors: (Constant), AFEK

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4,869	1,017		4,788	,000
	AFEK	-,039	,015	-,326	-2,514	,015

a. Dependent Variable: GAMBARAN_MENTAL

Means

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
GAMBARAN_MENTAL * AFEK	(Combined)		23,630	25	,945	1,939	,044
	Between Groups	Linearity	4,023	1	4,023	8,251	,008
		Deviation from Linearity	19,607	24	,817	1,676	,092
	Within Groups		14,139	29	,488		
	Total		37,769	54			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
GAMBARAN_MENTAL * AFEK	-,326	,107	,791	,626